

# 여성이 반드시 알아야 할 사항들

## 자궁암

### 자궁이란 무엇인가요?

자궁은 여성의 아랫배에 있는 장기입니다. 여성이 임신을 하게 되면, 아기가 자궁에서 자랍니다.

### 자궁암이란 무엇인가요?

자궁의 세포들이 변화하여 통제할 수 없이 자라게 되면 암이 됩니다. 이러한 변화는 주로 내벽에서 시작됩니다. 근육이나 자궁내의 다른 세포체에서 시작될 수 있습니다.

### 여성의 자궁암은 왜 생기는 건가요?

정확히 알려져 있지는 않지만, 에스트로겐과 관련이 있을 수 있습니다. 여성의 몸에서는 에스트로겐과 프로게스테론이라는 호르몬이 만들어 집니다. 이들 호르몬의 양이 적당할 때는 도움이 됩니다.

하지만 장기간에 걸쳐 과도한 양의 에스트로겐이 분비되면, 자궁암이 발생할 수 있습니다. 그 원인에는 여러가지가 있을 수 있지만, 그 중에는 여성이 항상 통제할 수 없는 것들은 많습니다.

다음 상황에 놓여 있는 여성은 에스트로겐이 과도한 상태일 수 있습니다.

- 과체중이다.
- 폐경때문에 프로게스테론 없이 에스트로겐을 복용했다.
- 임신이나 출산을 한 적이 없다.
- 12세 이전에 첫 월경을 했다.
- 55세 이후에 폐경이 되었다.

### 다른 위험 요인이 있나요?

의사들도 자궁암에 원인에 대해서는 확실하게 알지 못합니다. 하지만 다음과 같은 경우 자궁암에 걸릴 위험이 높아집니다:

- 50세 이상인 여성.
- 폐경 여성
- 임신이 잘 안되었던 여성.
- 자궁이나 난소에 문제가 있었던 여성.
- 젊었을 때 생리가 일년에 5번 이하로 있었던 여성.
- 가족 중에 자궁이나 난소, 대장암을 앓은 사람이 있는 여성.

그 밖에 건강상의 어떤 문제가 자궁암에 걸릴 확률을 높일 수 있는지 의사에게 물어보십시오.

### 자궁암에 걸릴 위험을 줄일 수 있는 방법은 무엇입니까?

도움이 될 수 있는 여러가지 방법이 있습니다:

- 피임약을 복용합니다.
- 건강한 체중을 유지하십시오.
- 활동적인 생활을 합니다.
- 당뇨병인 경우, 혈당을 조절하십시오.
- 고혈압인 경우, 약을 복용하십시오.
- 폐경으로 인해 에스트로겐을 복용한다면, 프로게스테론도 복용하십시오.

이 모든것들이 자궁을 보호하는데 도움이 됩니다.

## 무엇을 조심해야 하나요?

자궁암의 가장 일반적인 징후는 질에서 정상적이지 않은 하혈을 하는 것입니다. 여기에는 예상하지 않았던 출혈이 모두 포함됩니다. 다음과 같은 경우, 의사에게 문의하십시오:

- 성관계 후에 하혈을 하거나 혈흔이 보인다.
- 생리 주기 사이에 하혈을 한다.
- 정상적인 생리보다 오래 하거나, 훨씬 많은 양이 나온다.

그 밖에 다른 징후들이 나타날 수도 있습니다. 다음과 같은 경우, 의사에게 알려주세요:

- 폐경이 된 후에 하혈을 하거나 혈흔이 보인다.
- 폐경 이후에 질에서 분비물이 나온다.
- 아랫배에 통증이나 압박감이 있다.

이러한 징후들은 다른 이유때문에 나타날 수도 있습니다. 의사와 상의하여 확인하십시오. 기다리지 마십시오. 당신의 건강은 소중합니다.

## 당신이 변화를 가져올 수 있습니다!

암은 대개 많은 경우에 여성이 변화를 확인하고 의사에게 말해서 발견하는 경우가 많습니다. 모든 것이 정상일 때 당신의 신체 상태가 어떠한지를 알아 두십시오. 변화가 느껴지면 의사를 만나십시오.

모든 여성은 다음의 사항을 지켜야 합니다:

- 얼마나 자주 건강 여성건강검진을 받아야 하는지 의사에게 문의하십시오.
- 21세부터 질 내진검사를 받으십시오.
- 의사가 권하는 빈도수로 질 내진검사를 받으십시오.
- 신체에 느껴지는 징후나 변화에 대해서 의사에게 말하십시오.

## 어떤 검사나 검진을 받을 수 있나요?

자궁경부암 검사나 질 내진검사가 문제를 발견하는데 도움이 될 수 있습니다.

조직검사를 통해 암이 발생했는지 확인할 수 있습니다. 의사가 자궁에서 약간의 조직을 떼어냅니다. 이때 배에 통증이 조금 느껴질 수 있습니다.

다른 검사가 필요한 경우, 의사가 알려줄 것입니다.

## 암이 발견되면 어떻게 되나요?

자궁암을 치료하는 방법에는 여러가지가 있습니다. 그 중에는 수술과 방사선, 화학요법과 호르몬요법이 포함됩니다. 초기에 치료할수록 효과가 더 좋습니다.

- 더 자세한 내용은 의사에게 문의하십시오.
- 징후나 증상이 있으면 의사에게 말하십시오.
- 당신의 건강에 대해서 궁금한 점이 있으면, 의사에게 물어보십시오.

당신 자신과 사랑하는 사람들을 위해 스스로의 건강을 잘 돌보십시오!

## 더 자세한 정보를 보시려면 다음의 사이트들을 방문하십시오:

- U.S. Preventive Services Task Force  
[www.uspreventiveservicestaskforce.org](http://www.uspreventiveservicestaskforce.org)
- CDC Inside Knowledge Campaign  
[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)
- National Cancer Institute  
[www.cancer.gov/cancer](http://www.cancer.gov/cancer)
- National Library of Medicine  
[www.ncbi.nlm.nih.gov](http://www.ncbi.nlm.nih.gov)